

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

ABBAYE DE VALSAINTES  
Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026

## PRESENTATION



J'ai choisi le site de Valsaintes qui témoigne d'une qualité énergétique et d'une puissance de la Nature pour notre immersion de Coeur . La Beauté de cette Nature nous ramènera à notre Beauté intérieure .

A travers des Sons Sources , des Mantras et autres exercices nous rentrerons en connexion vibratoire avec la Nature et la dimension Sacré de ce lieu de culte ancestral du Féminin Divin .

Nos perceptions seront aussi amplifiées grâce à la Vibration du Cristal qui nous aidera à travers la Nature à ressentir et surtout nous re-connecter à notre Nature .

Par ce jeu de miroir Vibratoire nos sens à l'Uni-Son vibreront en osmose avec tout ce qui nous entoure en bénéficiant des liens cosmo-telluriques de l'été et de l'Aura de la Rose qui enveloppe l'Abbaye de Valsaintes de sa floraison Sacré .

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

ABBAYE DE VALSAINTES

Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026



Sur le site même de l'Abbaye , de ses sous bois , et à travers un parcours expérimental , chaque élément ( Terre – Eau – Air – Feu ) sera abordés dans une profondeur qui nous élèvera et nous révélera à notre propre Nature .

C'est donc à un Voyage de Purification , de Reliance et d'élévation auquel je vous convie "Corps – Ame – Esprit " par le Son , le mouvement et la Vibration afin d'alchimiser en vous votre potentiel

Cette communication avec la Nature et ses différents règnes nous fera percevoir cette douce harmonie qui nous entoure et que nous sommes .

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

ABBAYE DE VALSAINTES

Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026



Que ce soit par la Roche et le minéral , par les arbres et le végétal , par l'eau et le Soleil , par le Feu et les étoiles , chacun ressentira ce qui Résonne en " Soi " et en sa propre Nature Divine !!!!

Dans le Coeur avec vous pour ce Beau " Rendez Vous "!!!!

STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE  
YOGA DU SON  
ABBAYE DE VALSAINTES  
Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026

**PROGRAMME**

Samedi 30 Mai

Heure d'arrivée : **8h** ( possibilité d'arriver la veille et de dormir sur place pour ceux qui le désirent )

9 h : Après avoir laissé les sacs ou bagages à l'abbaye petite réunion de présentation et d'introduction de la journée .

10 h 00: Démarrage du stage en Nature

12 h 30 : Repas et installation dans les chambres

14 h 30 : Continuité du stage en Nature

18 h 30 : Retour à l'Abbaye

20 h 00 : Repas

21 h 30 : Préparation pour allumage du Feu

22 h 00 : Rituel avec le Feu et les étoiles ( amener vos tambours ou autres petits instruments )

23 h 00 : Dodo

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

ABBAYE DE VALSAINTES  
Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026

## PROGRAMME

### Dimanche 31 Mai

8 h 00 : Petit déjeuner

8 h 45 : Sons de l'Ame dans l'abbaye ( rien que pour nous )

10 h00 : Partage du groupe et intégration des ressentis en nature .

11 h 30 : Libération des chambres

12 h 00 : Gros Hugs et ....Au revoir.. . . . .

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

ABBAYE DE VALSAINTES  
Charles DIOT

Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026

## RESERVATION

Cout du Stage ( de samedi matin à dimanche midi ) : 140€

Pour des raisons de commodités du lieu l'hébergement , les repas et les petits déjeuners seront à gérer directement avec le responsable de Valsaintes .

Je vous donne le mail de la personne à contacter pour celà :

[moinejl04@gmail.com](mailto:moinejl04@gmail.com)

(il s'agit de **Jean Louis Moine** ).

Les repas sont végétariens .

**DRAPS FOURNIS - Apporter les serviettes.....**

**STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE  
YOGA DU SON**

**ABBAYE DE VALSAINTES**  
Charles DIOT

**Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026**

**MERCI de réserver au plus tôt pour des raisons  
d'organisation du lieu à :**

**JEAN-LOUIS MOINE –**

**GITE DE L'ABBAYE DE VALSAINTES**  
**BOULINETTE**  
**04150 SIMIANE LA ROTONDE**

**[www.valsaintes.org](http://www.valsaintes.org)**

***Bulletin d'Inscription ( voir page suivante )***

# STAGE NATURE DE RELIANCE SONORE YOGA DU SON

**ABBAYE DE VALSAINTES**  
Charles DIOT

**Samedi 30 & Dimanche 31 Mai 2026**

A imprimer, compléter et à renvoyer à

Charles Diot  
Les Chênes, 540 chemin du Plan 84240 La Tour d'Aigues

Nom.....

Prénom.....

Nombre de personnes inscrites :.....

Adresse :.....

Courriel :.....

Tel portable :.....

**IMPORTANT** : Si vous connaissez votre date d'arrivée au gîte de Valsaintes, merci de préciser:

**Vendredi soir 29 Mai.....**

**Samedi 30 Mai au matin.....**

Acompte de 50 % par chèque du montant du stage (140€) libellé à l'ordre de Charles Diot - ( ce chèque d'acompte ne sera encaissé qu'à la fin du stage )

**Le solde et l'hébergement seront réglés sur place .**